



5A_784/2022

Arrêt du 12 juillet 2023

Ile Cour de droit civil

Composition

MM. les Juges fédéraux Herrmann, Président,
von Werdt et Bovey.
Greffière : Mme Dolivo.

Participants à la procédure

A. _____,
représenté par Me Jean-Christophe a Marca, avocat,
recourant,

contre

B. _____,
représentée par Me Mathieu Azizi, avocat,
intimée.

Objet

mesures provisionnelles (modification de mesures
protectrices de l'union conjugale; contributions d'entretien
en faveur du conjoint et de l'enfant),

recours contre l'arrêt de la 1^e Cour d'appel civil du
Tribunal cantonal du canton de Fribourg du
7 septembre 2022 (101 2022 247).

Faits :

A.

A. _____ (1983) et B. _____ (1982) se sont mariés en 2012. Ils ont eu un enfant, C. _____, né en 2014. Les époux vivent séparés depuis octobre 2018.

Par décision de mesures protectrices de l'union conjugale du 23 janvier 2020, la Présidente du Tribunal civil de l'arrondissement de la Sarine (ci-après: la Présidente) a notamment confié la garde de l'enfant à sa mère et réservé un droit de visite à son père. Celui-ci a été astreint à contribuer à l'entretien de l'enfant par le versement mensuel de 3'840 fr. par mois du 1^{er} octobre 2018 au 30 septembre 2019, aucune contribution n'étant due en octobre 2019, de 3'940 fr. du 1^{er} novembre 2019 au 31 juillet 2023, de 1'630 fr. du 1^{er} août 2023 au 31 juillet 2024, de 1'830 fr. du 1^{er} août 2024 jusqu'à ce que C. _____ commence le CO (9H), de 1'110 fr. dès qu'il aura commencé le CO jusqu'au 31 juillet 2028, de 690 fr. du 1^{er} août 2028 au 31 juillet 2030, puis de 600 fr. du 1^{er} août 2030 jusqu'à la majorité de l'enfant ou dans les limites de l'art. 277 al. 2 CC, c'est-à-dire jusqu'à ce qu'il ait acquis une formation appropriée pour autant qu'elle soit achevée dans les délais normaux. Jusqu'au 31 juillet 2023, le père a en outre été condamné à prendre en charge les frais extraordinaires de l'enfant, les parties devant s'entendre ou, à défaut, solliciter une décision du juge pour la période ultérieure. Il devait aussi contribuer à l'entretien de son épouse par le versement mensuel de 1'100 fr. du 1^{er} octobre 2018 au 31 janvier 2019, de 1'000 fr. du 1^{er} février au 30 septembre 2019, aucune pension n'étant due en octobre 2019, de 1'400 fr. du 1^{er} novembre 2019 au 31 juillet 2023, de 1'600 fr. du 1^{er} août 2023 au 31 juillet 2024, de 1'500 fr. du 1^{er} août 2024 jusqu'à ce que l'enfant commence le CO, de 1'400 fr. dès qu'il aura commencé le CO jusqu'au 31 juillet 2028, de 1'500 fr. du 1^{er} août 2028 au 31 juillet 2030, puis de 1'000 fr. à partir du 1^{er} août 2030.

B.

L'épouse a introduit une requête unilatérale en divorce le 24 janvier 2022.

B.a Par mémoire du 18 mars 2022, l'époux a requis la modification des mesures protectrices de l'union conjugale avec effet au 1^{er} mai 2021, en ce sens que les contributions dues pour l'entretien de son fils sont réduites à 800 fr. par mois jusqu'en juillet 2028, puis à 400 fr. par

mois, et que celles en faveur de son épouse sont supprimées. Il a aussi demandé que dès mai 2021, les frais extraordinaires de l'enfant soient partagés entre les parents.

Par décision de mesures provisionnelles du 3 juin 2022, la Présidente a partiellement admis cette requête. A compter du 1^{er} avril 2022, elle a réduit la pension due par le père pour l'entretien de l'enfant à 1'250 fr. par mois, éventuelles allocations familiales en sus. Les frais extraordinaires de l'enfant seraient désormais partagés entre les parents. La pension destinée à l'épouse était supprimée à compter du 1^{er} avril 2022.

B.b Par arrêt du 7 septembre 2022, la 1^e Cour d'appel civil du Tribunal cantonal du canton de Fribourg a partiellement admis l'appel interjeté par l'épouse contre cette décision. Elle a considéré que la requête de mesures provisionnelles introduite par l'époux devait être partiellement admise en tant qu'elle concernait l'entretien de l'enfant. La contribution d'entretien mensuelle en faveur de celui-ci devait être fixée à 1'400 fr. d'avril à juillet 2022, puis à 1'500 fr. dès août 2022, éventuelles allocations familiales en sus. La requête de mesures provisionnelles devait être rejetée, en tant qu'elle visait la suppression de la contribution d'entretien en faveur de l'épouse et la répartition des frais extraordinaires de l'enfant.

C.

Par acte du 10 octobre 2022, A._____ exerce un recours en matière civile au Tribunal fédéral. Il conclut à l'annulation de l'arrêt cantonal et principalement à la confirmation de la décision rendue le 3 juin 2022 par la Présidente. A titre subsidiaire, il sollicite le renvoi de la cause à l'autorité précédente pour nouvelle décision. Il requiert aussi le bénéfice de l'assistance judiciaire pour la procédure fédérale.

Des déterminations sur le fond n'ont pas été demandées.

D.

Le recourant a sollicité l'octroi de l'effet suspensif. Invitée à se déterminer sur ce point, l'intimée a conclu au rejet de cette requête. Elle a en outre sollicité le bénéfice de l'assistance judiciaire pour la procédure fédérale.

Par ordonnance présidentielle du 7 novembre 2022, le recours a été assorti de l'effet suspensif pour les contributions d'entretien arriérées, à savoir celles encore dues jusqu'à la fin du mois précédant la

requête, mais non pour les prestations courantes.

Considérant en droit :

1.

L'arrêt entrepris, qui porte sur une décision de modification de mesures protectrices de l'union conjugale, est une décision finale (art. 90 LTF; ATF 134 III 426 consid. 2.2), rendue par une juridiction cantonale de dernière instance ayant statué sur recours (art. 75 LTF) dans une affaire matrimoniale (art. 72 al. 1 LTF) de nature pécuniaire. La valeur litigieuse requise est atteinte (art. 51 al. 1 let. a, 51 al. 4 et 74 al. 1 let. b LTF). Le recourant a en outre qualité pour recourir (art. 76 al. 1 LTF) et a agi dans le délai légal (art. 100 al. 1 LTF). Le recours est donc en principe recevable.

2.

2.1 Comme la décision attaquée porte sur des mesures provisionnelles au sens de l'art. 98 LTF (ATF 134 III 667 consid. 1.1; 133 III 393 consid. 5, 585 consid. 3.3), la partie recourante ne peut dénoncer que la violation de droits constitutionnels. Le Tribunal fédéral n'examine de tels griefs que s'ils ont été invoqués et motivés par le recourant (" principe d'allégation "; art. 106 al. 2 LTF), c'est-à-dire s'ils ont été expressément soulevés et exposés de manière claire et détaillée (ATF 142 II 369 consid. 2.1; 142 III 364 consid. 2.4). Le recourant ne peut se borner à critiquer la décision attaquée comme il le ferait en procédure d'appel, où l'autorité de recours jouit d'une libre cognition, notamment en se contentant d'opposer sa thèse à celle de l'autorité précédente; les critiques de nature appellatoire sont irrecevables (ATF 142 III 364 consid. 2.4 et la référence). En particulier, une décision ne peut être qualifiée d'arbitraire (art. 9 Cst.) que si elle est manifestement insoutenable, méconnaît gravement une norme ou un principe juridique clair et indiscuté, ou heurte de manière choquante le sentiment de la justice et de l'équité (ATF 144 I 170 consid. 7.3; 141 III 564 consid. 4.1); il ne suffit pas qu'une autre solution paraisse concevable, voire préférable; pour que cette décision soit annulée, encore faut-il qu'elle se révèle arbitraire non seulement dans ses motifs, mais aussi dans son résultat (ATF 144 I 113 consid. 7.1, 170 consid. 7.3; 142 II 369 consid. 4.3).

2.2 Le Tribunal fédéral statue sur la base des faits établis par l'autorité précédente (art. 105 al. 1 LTF). Dans l'hypothèse d'un recours soumis

à l'art. 98 LTF, le recourant qui entend invoquer que les faits ont été établis de manière manifestement inexacte ne peut obtenir la rectification ou le complètement des constatations de fait de l'arrêt cantonal que s'il démontre la violation de droits constitutionnels, conformément au principe d'allégation susmentionné (cf. supra consid. 2.1). En matière d'appréciation des preuves et d'établissement des faits, il n'y a arbitraire que lorsque l'autorité ne prend pas en compte, sans raison sérieuse, un élément de preuve propre à modifier la décision, lorsqu'elle se trompe manifestement sur son sens et sa portée, ou encore lorsque, en se fondant sur les éléments recueillis, elle en tire des constatations insoutenables (ATF 143 IV 500 consid. 1.1 et la référence). Le recourant ne peut pas se borner à contredire les constatations litigieuses par ses propres allégations ou par l'exposé de sa propre appréciation des preuves; il doit indiquer de façon précise en quoi ces constatations sont arbitraires au sens de l'art. 9 Cst. (ATF 133 II 249 consid. 1.4.3). Une critique des faits qui ne satisfait pas à cette exigence est irrecevable (art. 106 al. 2 LTF; ATF 141 IV 249 consid. 1.3.1; 140 III 264 consid. 2.3 et les références).

En l'espèce, la partie du recours intitulée " Rappel des faits " (p. 12-20) sera ignorée en tant que les éléments qui y sont exposés ne sont pas expressément visés par un grief d'arbitraire dans l'établissement des faits, s'écartent de ceux contenus dans l'arrêt attaqué et que le recourant n'invoque, ni a fortiori ne démontre, leur établissement arbitraire et que leur correction influencerait sur le sort de la cause.

3.

Il ressort de l'arrêt attaqué que durant la vie commune et à l'époque du prononcé de mesures protectrices de l'union conjugale, le mari travaillait comme médecin en Suisse, d'abord à l'Hôpital D. _____ puis à l'Hôpital E. _____. Il devait habiter en Suisse depuis quelques années déjà, dans la mesure où la décision du 23 janvier 2020 n'indiquait pas une imposition à la source. Il gagnait 8'888 fr. net par mois, somme avec laquelle il assumait la totalité de l'entretien de la famille, son épouse d'origine ukrainienne ne travaillant pas. D'entente avec sa conjointe, il avait pris durant le mariage des dispositions sur les conditions de vie de la famille et sur la répartition des tâches au sein du ménage.

Cela étant, il n'était plus contesté en appel que l'époux avait ensuite été licencié de son emploi à l'Hôpital E. _____, avec effet au 30 avril 2021. Durant le délai de congé, soit entre novembre 2020 et janvier 2021, il avait effectué six postulations auprès de plusieurs

hôpitaux suisses, mais celles-ci étaient restées infructueuses. Il ne s'était pas inscrit au chômage car " (...) je veux travailler et avancer dans ma formation. De plus cela ne présente pas bien sur un CV ". Il avait allégué qu'il était " alors tourmenté par sa séparation avec l'intimée, ainsi qu'à la suite d'échecs consécutifs à la recherche d'un emploi en Suisse " et qu'il avait " eu l'opportunité de travailler en France, au CHU à U._____, à compter de mai 2021", "ce qui était un plus pour [s]on CV ". Depuis lors, il avait gagné 1'679 euros par mois de juin à décembre 2021 dans son emploi au CHU de U._____, puis 2'463 euros par mois dans son nouvel emploi de médecin de garde en Italie (son pays d'origine). Cela correspondait environ à 20 à 30% de son dernier salaire suisse.

Au vu de ces circonstances, la juridiction précédente a retenu que l'époux n'avait pas sérieusement cherché, suite à son licenciement, à retrouver en Suisse un emploi de médecin lui permettant d'assumer les obligations alimentaires qui étaient les siennes. Il s'était borné à déposer six postulations et avait rechigné à s'inscrire au chômage, alors qu'il était en droit de bénéficier de prestations à hauteur de 80% de son dernier salaire, vraisemblablement durant 400 jours (art. 22 al. et 27 al. 2 let. b LACI), au motif que " cela ne présente pas bien sur un CV ". Cette explication ne convainquait toutefois pas, une période de chômage n'étant pas rédhibitoire pour un employeur potentiel et montrait, de plus, qu'il accordait plus d'importance au maintien des apparences qu'au respect de son obligation d'entretien envers son épouse, qui était sans activité lucrative, et de leur jeune fils. Par ailleurs, son argument selon lequel il était alors " tourmenté " par la séparation n'était pas plus convaincant, celle-ci ayant eu lieu en octobre 2018, soit deux ans et demi auparavant. Au lieu de persévérer dans sa recherche d'emploi en Suisse, il s'était dépêché de débiter une activité lucrative en France dès la fin de son contrat précédent, en mai 2021, choix qui avait eu pour conséquence qu'il n'était plus en mesure de verser les contributions d'entretien fixées en 2020. Or, ayant la charge d'un enfant et de son épouse, il ne pouvait pas choisir librement de modifier ses conditions de vie, mais aurait dû entreprendre toutes les démarches raisonnables pour exploiter au maximum sa capacité de gain en Suisse, comme auparavant. Cela impliquait de chercher un nouvel emploi de manière plus assidue que par six courriels en l'espace de trois mois et, dans l'intervalle, de s'inscrire à l'assurance-chômage.

Selon l'autorité cantonale, l'époux n'avait donc pas fourni les efforts que l'on pouvait raisonnablement exiger de lui pour continuer à assumer ses obligations d'entretien. Il s'était au contraire délibérément

mis en situation de ne plus pouvoir subvenir aux besoins de sa famille, en prétextant vouloir entreprendre une spécialisation. Il n'était cependant pas vraisemblable, et du reste pas non plus allégué, que sa formation continue n'aurait pas été possible en Suisse. Compte tenu des exigences accrues opposables aux parents lorsque l'entretien d'un enfant mineur est en jeu, il convenait dès lors de lui imputer un revenu hypothétique. Cela étant, il avait été licencié et le revenu auquel il avait renoncé ne correspondait pas à celui qu'il gagnait par son dernier emploi en Suisse, mais aux indemnités de chômage auxquelles il avait pu prétendre, à savoir 7'110 fr. net par mois (80% de 8'888 fr.). C'était donc cette somme qui devait être à l'époux à titre de revenu hypothétique.

Compte tenu de charges hypothétiques de 2'888 fr., correspondant à celles qu'il aurait s'il avait continué à vivre en Suisse, il bénéficiait d'un disponible de 4'222 fr., ce qui lui permettait d'assumer l'entier du coût de son fils (1'359 fr. par mois d'avril à juillet 2022 puis de 1'459 fr. dès août 2022) ainsi que le déficit résiduel de son épouse, à hauteur de 2'060 fr. Après déduction de ces sommes, il lui restait encore un disponible de 803 fr. d'avril à juillet 2022, puis de 703 fr. dès août 2022. La pension en faveur de l'enfant devait être fixée au montant arrondi de 1'400 fr. par mois d'avril à juillet 2022, puis à 1'500 fr. par mois dès août 2022. Il n'y avait en revanche aucune raison de modifier la décision du 23 janvier 2022 [recte: 2020] concernant la répartition des frais extraordinaires de l'enfant. Enfin, la contribution due par l'époux pour l'entretien de son épouse telle que calculée en janvier 2020, qui s'élevait à des montants de l'ordre de 1'500 fr. (cf. supra let. A), était inférieure à celle à laquelle elle pourrait prétendre et l'époux était en mesure de la verser, étant relevé que l'épouse n'avait pas pris de conclusions tendant à ce qu'elle soit augmentée. Partant, sur cette question également, la requête de mesures provisionnelles de l'époux devait être rejetée.

4.

Il n'est pas contesté qu'en l'espèce, il existait un fait nouveau important et durable au sens de l'art. 179 CC, qui commandait d'entrer en matière sur la requête de modification des mesures protectrices de l'union conjugale. Seul demeure litigieux le point de savoir si, ainsi que le soutient le recourant, le fait de lui avoir imputé un revenu hypothétique de 7'110 fr. par mois procède d'une application arbitraire des art. 285 et 176 CC (notamment parce que l'autorité cantonale aurait négligé d'examiner les conditions propres à l'imputation d'un revenu hypothétique), respectivement s'il était arbitraire, sous l'angle

de l'art. 276 en lien avec l'art. 254 al. 1 CPC, de considérer qu'il n'avait pas rendu vraisemblable ne pas avoir la possibilité effective de retrouver un emploi en Suisse et n'avoir ni l'intention de nuire, ni celle de se soustraire à ses obligations d'entretien.

5.

Pour fixer la contribution d'entretien, le juge doit en principe tenir compte du revenu effectif des parties, tant le débiteur d'entretien que le créancier pouvant néanmoins se voir imputer un revenu hypothétique supérieur. Il s'agit ainsi d'inciter la personne à réaliser le revenu qu'elle est en mesure de se procurer et qu'on peut raisonnablement exiger d'elle afin de remplir ses obligations (ATF 143 III 233 consid. 3.2; 137 III 102 consid. 4.2.2.2; arrêt 5A_464/2022 du 31 janvier 2023 consid. 3.1.2).

5.1 Lorsqu'il entend tenir compte d'un revenu hypothétique, le juge doit examiner si le conjoint concerné est en mesure de se le procurer et si l'on peut raisonnablement l'exiger de lui, ces deux conditions étant cumulatives (ATF 143 III 233 consid. 3.2; 137 III 102 consid. 4.2.2.2; arrêt 5A_253/2020 du 25 mars 2021 consid. 3.1.2 et les références). Cette jurisprudence est applicable lorsque le juge impute un revenu hypothétique à l'une des parties au motif qu'elle peut prendre ou reprendre une activité lucrative, ou encore étendre celle-ci, lui imposant ainsi un changement de ses conditions de vie. Dans ce cas de figure, la partie concernée doit en principe se voir accorder un délai approprié pour s'adapter à sa nouvelle situation, en particulier lorsqu'elle doit trouver un emploi, délai qui doit être fixé en fonction des circonstances concrètes du cas particulier (arrêts 5A_253/2020 du 25 mars 2021 consid. 3.1.2; 5A_484/2020 du 16 février 2021 consid. 5.1 et les références).

En revanche, lorsque le débirentier exerçait déjà une activité lucrative à plein temps et assumait son obligation d'entretien préexistante, rien ne justifie de lui laisser un temps d'adaptation. Dans cette hypothèse, le débirentier doit au contraire entreprendre tout ce qui est en son pouvoir et, en particulier, exploiter pleinement sa capacité de gain pour être à même de continuer d'assumer son obligation d'entretien. Lorsque, même dans le cas d'un changement involontaire d'emploi, il se satisfait en connaissance de cause d'une activité lucrative lui rapportant des revenus moindres, le débirentier a une obligation de collaboration accrue (arrêt 5A_463/2022 du 22 mai 2023 consid. 6.5.2 et les nombreuses références): il doit se laisser imputer le gain qu'il réalisait précédemment s'il ne démontre pas avoir tout mis en oeuvre

pour percevoir une rémunération équivalente. Dans de telles circonstances, le juge n'a pas à examiner si l'on peut raisonnablement exiger de cette personne qu'elle exerce une activité lucrative, ni si elle a la possibilité effective d'exercer une activité lucrative déterminée et quel revenu elle peut en obtenir. L'examen des exigences à remplir pour qu'on puisse considérer que le débirentier a tout mis en oeuvre pour continuer à assumer son obligation d'entretien et qu'il a donc démontré son incapacité à trouver un autre poste avec une rémunération similaire à celle qu'il percevait précédemment relève de l'appréciation du juge, qui pourra sur ce point se montrer large pour tenir compte de critères tels que l'âge de la personne à la recherche d'un emploi (arrêts 5A_314/2022 du 15 mai 2023 consid. 5.1.1; 5A_253/2020 du 25 mars 2021 consid. 3.1.2 et les références; 5A_782/2016 du 31 mai 2017 consid. 5.3 et les références).

5.2 L'autorité judiciaire qui se prononce sur des mesures provisionnelles peut se limiter à la simple vraisemblance des faits après une administration limitée des preuves, en se fondant sur les moyens de preuve immédiatement disponibles (ATF 139 III 86 consid. 4.2; 131 III 473 consid. 2.3; arrêt 5A_916/2019 du 12 mars 2020 consid. 3.4). Il suffit donc que les faits soient rendus plausibles. Le point de savoir si le degré de vraisemblance requis par le droit fédéral est atteint dans le cas particulier ressortit à l'appréciation des preuves (ATF 130 III 321 consid. 5; arrêts 5A_160/2022 du 27 juin 2022 consid. 2.1.2.1; 5A_42/2022 du 19 mai 2022 consid. 4.2). Dans ce domaine, le Tribunal fédéral se montre réservé, vu le large pouvoir qu'il reconnaît en la matière à l'autorité cantonale (ATF 120 la 31 consid. 4b; 118 la 28 consid. 1b et les références; arrêts 5A_42/2022 du 19 mai 2022 consid. 4.2; 5A_733/2020 du 18 novembre 2021 consid. 4.3.3).

L'art. 272 CPC, applicable en matière de mesures provisionnelles de divorce par renvoi de l'art. 276 al. 1 CPC, prévoit une maxime inquisitoire dite sociale ou limitée, qui n'oblige pas le juge à rechercher lui-même l'état de fait pertinent. La maxime inquisitoire sociale ne dispense en effet pas les parties de collaborer activement à la procédure. Il leur incombe de renseigner le juge sur les faits de la cause et de lui indiquer les moyens de preuve disponibles (ATF 130 III 102 consid. 2.2). Il n'appartient pas au tribunal de conseiller les parties du point de vue procédural (arrêt 5A_855/2017 du 11 avril 2018 consid. 4.3.2 et les références). En revanche, l'art. 296 al. 1 CPC prévoit une maxime inquisitoire illimitée en ce qui concerne les questions relatives aux enfants. Cette maxime ne dispense pas non

plus les parties de collaborer activement à la procédure, de renseigner le juge sur les faits de la cause et de lui indiquer les moyens de preuve disponibles (ATF 140 III 485 consid. 3.3; arrêt 5A_855/2017 du 11 avril 2018 consid. 4.3.2); dans certaines circonstances (cf. supra consid. 5.1 in fine), le débirentier a une obligation de collaboration accrue.

6.

En tant qu'il expose ne pas comprendre pourquoi il serait tenu de demeurer en Suisse alors qu'il est ressortissant italien, qu'il a passé la majeure partie de sa vie en Italie et que "les portes de sa vie professionnelle, personnelle et sentimentale se sont refermées derrière lui", le recourant perd de vue que rien ne l'empêche de rester en Italie, où il a choisi de s'établir (cf. arrêt 5A_587/2013 du 26 novembre 2013 consid. 6.2). Autre est la question de savoir si un revenu hypothétique de niveau suisse pouvait lui être imputé, faute pour lui d'avoir démontré avoir tout mis en oeuvre pour continuer d'assumer son obligation d'entretien.

Le recourant ne peut être suivi lorsqu'il fait grief à l'autorité cantonale d'avoir fait preuve d'arbitraire, dès lors qu'elle n'aurait pas examiné les conditions d'imputation d'un revenu hypothétique, n'ayant en particulier pas précisé le type d'activité qu'il pouvait accomplir, ni fait état de sa formation, de son âge ou de son état de santé. Dès lors qu'il assumait une déjà obligation d'entretien avant la perte – fût-elle involontaire – de son emploi, c'est à lui qu'il appartenait de rendre vraisemblable son incapacité à trouver un autre poste avec une rémunération similaire à celle qu'il percevait précédemment, faute de quoi un revenu hypothétique correspondant à celle-ci pouvait lui être imputé en lieu et place de son revenu effectif, même sans délai d'adaptation; dans une telle situation, il n'était pas nécessaire que la cour cantonale procède à l'examen de chacune des conditions d'imputation d'un revenu hypothétique (cf. supra consid. 5). Or en l'occurrence, contrairement à ce qu'affirme le recourant, il n'était pas arbitraire de considérer que les six postulations qu'il a effectuées dans la courte période s'écoulant entre novembre 2021 et janvier 2022 ne suffisaient pas à rendre vraisemblable qu'il avait tout mis en oeuvre pour trouver un emploi en Suisse lui permettant de percevoir une telle rémunération. Au surplus, contrairement à ce qu'il soutient, il n'est pas "notoire" que les offres d'emploi correspondant à son profil ne sont pas nombreuses, pas plus que le fait que "la formation de médecin orthopédique, pour pouvoir être entreprise avec succès, exige du recourant un exercice continu de son activité professionnelle" (sur la notion de fait notoire, cf. ATF 143 IV 380

consid.1; 135 III 88 consid. 4.1; 130 III 113 consid. 3.4).

Le recourant ne peut pas non plus être suivi lorsqu'il qualifie d'arbitraire l'imputation d'un revenu hypothétique correspondant au montant des indemnités de chômage qu'il aurait pu percevoir en Suisse, à savoir 7'110 fr. net par mois, jusqu'à tout le moins l'année 2030. En tant qu'il motive sa critique par référence au fait que, de par la loi, il aurait eu droit à une telle indemnité de chômage au maximum durant 400 jours, il omet que la cour cantonale aurait pu sans arbitraire lui imputer un revenu hypothétique correspondant à celui qu'il percevait en Suisse avant sa perte d'emploi (cf. supra consid. 6), à savoir 8'888 fr., au lieu de s'en tenir au revenu moindre qu'il aurait pu percevoir par le biais de l'assurance-chômage (cf. également dans ce sens arrêt 5A_314/2022 du 15 mai 2023 consid. 5.1.3). Il ne saurait donc se plaindre de ce qu'un revenu hypothétique mensuel inférieur au revenu antérieur à sa perte d'emploi lui a été imputé, même sans la limite temporelle de 400 jours qu'il préconise.

7.

Le recourant soutient enfin que les contributions d'entretien litigieuses portent atteinte à son minimum vital. Il reproche à la cour cantonale de ne pas avoir "apporté de considérant au sujet du minimum vital du recourant dans le cas d'espèce", respectivement de n'avoir "aucunement fait état du minimum vital du recourant dans une mesure conforme à la réalité". Or, c'est l'examen du respect de son minimum vital qui lui aurait permis de constater que celui-ci est "crassement violé par la teneur de l'arrêt présentement attaqué".

Autant qu'il faille comprendre de sa critique que le recourant entende soulever le grief de violation de son droit d'être entendu (art. 29 al. 2 Cst.), sous l'angle du droit à une décision motivée, celle-ci devrait de toute manière être rejetée. La cour cantonale a en effet expressément considéré qu'en tenant compte d'un revenu hypothétique de 7'110 fr. et de charges faisant partie du minimum vital LP à raison de 2'888 fr., il lui restait un disponible mensuel de 4'222 fr. Il ressort donc clairement de cette motivation que la cour cantonale a considéré qu'elle avait préservé le minimum vital du recourant. Pour le surplus, autant que son grief soit suffisamment motivé à cet égard, ce qui demeure douteux (cf. supra consid. 2.1), le recourant se méprend lorsqu'il soutient que la cour cantonale n'a pas établi son minimum vital "dans une mesure conforme à la réalité". De jurisprudence constante, en matière de contributions d'entretien, c'est bien sur la base du revenu hypothétique imputé au débirentier et non sur celle de son

revenu effectif qu'il y a lieu de vérifier le respect du principe de l'intangibilité du minimum vital (parmi plusieurs, cf. arrêt 5A_768/2022 du 21 juin 2023 consid. 7; 5A_782/2016 du 31 mai 2017 consid. 7; 5A_173/2014 du 6 juin 2014 consid. 6.3.2). Autrement dit, une atteinte au minimum vital effectif du débirentier est admissible lorsque les conditions d'imputation d'un revenu hypothétique sont réalisées (ATF 123 III 1 consid. 3e).

8.

En définitive, le recours est rejeté dans la mesure de sa recevabilité. Comme il était d'emblée dénué de chances de succès, la requête d'assistance judiciaire du recourant doit aussi être rejetée (art. 64 al. 1 LTF). Vu l'issue du litige, les frais judiciaires, arrêtés à 2'000 fr., sont mis à sa charge (art. 66 al. 1 LTF) et il ne lui est pas alloué de dépens. Il n'est pas alloué de dépens à l'intimée, qui n'a pas été invitée à se déterminer sur le fond et qui a partiellement succombé s'agissant de l'effet suspensif. La requête d'assistance judiciaire de l'intimée, dont les conditions sont remplies (art. 64 al. 1 LTF), est admise dans la mesure où elle n'est pas sans objet. Une indemnité de 400 fr. est allouée à son conseil pour ses déterminations sur la requête d'effet suspensif. Elle est rendue attentive au fait qu'elle est tenue de rembourser ultérieurement la Caisse du Tribunal fédéral si elle est en mesure de le faire (art. 64 al. 4 LTF).

Par ces motifs, le Tribunal fédéral prononce :

1.

Le recours est rejeté, dans la mesure où il est recevable.

2.

La requête d'assistance judiciaire du recourant est rejetée.

3.

La requête d'assistance judiciaire de l'intimée est admise dans la mesure où elle n'est pas sans objet et Me Mathieu Azizi lui est désigné comme conseil d'office.

4.

La Caisse du Tribunal fédéral versera au conseil de l'intimée une indemnité de 400 fr. à titre d'honoraires d'avocat d'office.

5.

Les frais judiciaires, arrêtés à 2000 fr., sont mis à la charge du recourant.

6.

Le présent arrêt est communiqué aux parties et à la 1^e Cour d'appel civil du Tribunal cantonal du canton de Fribourg.

Lausanne, le 12 juillet 2023

Au nom de la II^e Cour de droit civil
du Tribunal fédéral suisse

Le Président :

La Greffière :

Herrmann

Dolivo